

Melanzane ripiene di riso



© Ricette Bimby

Questa ricetta è per il Bimby TM 31 e TM5

Dosi per	6 pezzi
Tempo di preparazione	-
Tempo di cottura	-
Difficoltà	3 / 5
Tempo di lievitazione	-
Tempo di riposo	-

Ingredienti

- 3 melanzane viola medie
- 200 g di riso
- 200 g di piselli
- 3 pomodori rossi ramati
- 200 g di mozzarella a dadini
- 40 g di parmigiano grattugiato
- 50 g di olio extravergine di oliva
- Basilico fresco q.b.
- Sale q.b.
- Pepe q.b.

Preparazione

Lava 3 melanzane, taglia il picciolo e poi dividile in 2 nel senso della lunghezza. Devi ricavare le classiche "barchette".

Togli la polpa facendo attenzione a non bucare la barchetta e a mantenere uno spessore il più possibile uniforme.

Tieni la polpa da parte (in cucina non si butta niente!).

Metti le barchette di melanzane nel cestello.

Metti nel Varoma 200 g di piselli.

Versa 800 g di acqua nel boccale, posiziona il cestello, il Varoma e cuoci **20 Min. Temp. Varoma Vel. 1**. Scola le barchette e metti via i piselli.

Taglia la polpa di melanzane a dadini.

Metti nel boccale 30 g di olio extravergine di oliva, aggiungi i dadini di melanzane, sale e cuoci **20 Min. 100° Antiorario Vel. Soft**. Metti da parte.

Sbollenta i pomodori: versa 600 g di acqua nel boccale sporco e scalda **10 Min. 100° Vel. 1**.

Incidi i pomodori ben lavati facendo una croce sul fondo.

Mettili nel cestello e sbollenta **20 Sec. Varoma Antiorario Vel. Soft**.

Trasferiscili in acqua fredda **20 Sec.** Spellali, elimina i semi, tagliali a dadini, mettili via.

Versa nel boccale 700 g di e scalda **12 Min. Temp. Varoma Vel. 1.**

Metti nel boccale sale e 230 g di riso. Cuoci al dente **10 Min. 100° Antiorario Vel. Soft.** Scola il riso e mettilo a freddare in una ciotola.

Aggiungi al riso le verdure, il basilico spezzettato, 30 g parmigiano, 200 g mozzarella, una spolverata di pepe e mischia.

Tampona le barchette perché siano ben asciutte, ungi l'interno con olio, poi riempi con il riso alle verdure e pressa bene.

Mettile in una pirofila unta, spolvera con 10 g di parmigiano e inforna **20 Min. a 200°.**

Consigli

Se le melanzane non entrano nel cestello, metterne alcune anche nel Varoma e distribuisci i piselli sul vassoio.

Quando togli le barchette dal cestello, lasciale scolare e freddare.

Le verdure da aggiungere al passo 6 sono i pomodori, i piselli e la polpa di melanzane.